

◇大学祭における栄養アセスメント体験・栄養相談と東北支援

実施日時：平成26年11月2日 10：00～16：00（大学祭期間）

実施場所：京都女子大学B校舎1階（B117、B118、B119）

主催：京都女子大学栄養クリニック・食物栄養学科

後援：社団法人全国栄養士養成施設協会

実施責任者：松本晋也・宮脇尚志

実施分担者：医師・宮脇尚志

管理栄養士・中山玲子、宮崎由子、木戸詔子、日野千恵子、中村智子

今井優希、岡田嵯和子、日浦奈美、松浦稚紗、村上由花

〔目的〕

食物栄養学科と栄養クリニック協催により、本年度は下記の2つの事業を実施した。

- I. 健康維持増進や疾病予防への啓発活動の一環として、地域住民および本学卒業生、大学生、高校生を対象に、栄養状態を評価（アセスメント）し、食事面からの食育支援として栄養相談を行う。この事業は、栄養クリニック発足前からの継続事業で、管理栄養士としての資格を目指す食物栄養学科3・4回生の学生達が栄養アセスメントを実施してコミュニケーション力や実践力を身につけることで、専門職業人の育成に役立てること、栄養クリニックの紹介を目的としている。
- II. 本年度、初めての試みで、東北の被災地の方をお招きし、体験談を通して交流の場を持ち、東北の物産や被災者たちの手作りグッズの販売を、食物栄養学科の東北支援に携わっている大学院の学生と教員とで実施した。

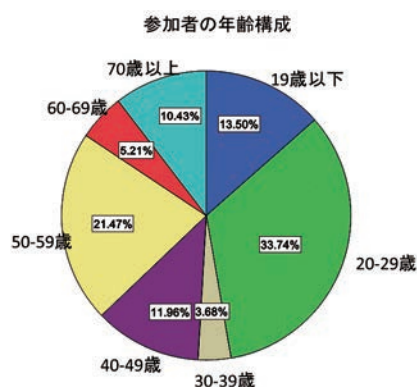
I. 大学祭における栄養アセスメント体験・栄養相談

〔実施内容〕

- (1) 栄養アセスメント（身体計測、握力測定、血圧測定、骨密度測定、簡易貧血検査、内臓脂肪測定）
- (2) 栄養相談

〔参加者〕

参加者は326名（男性110名、女性216名）であり、昨年の参加者（314名）に比べて12名（4%）の増加であった。参加者は10～20歳台が全体の半数を占め、また40～50歳台が全体の3割程度であった。アセスメントは、50歳以上限定の内臓脂肪測定と栄養相談を除いて、いずれの測定項目も90%以上の測定率であった。（次ページ図参照）



測定項目	測定人数	%
全参加者	326 (男110、女216)	
身体計測	295	90.5
握力測定	297	91.1
血圧測定	301	92.3
骨密度測定	301	92.3
簡易貧血検査	300	92.0
内臓脂肪（50歳以上）	76	23.3
栄養相談	172	52.8

[内 容]

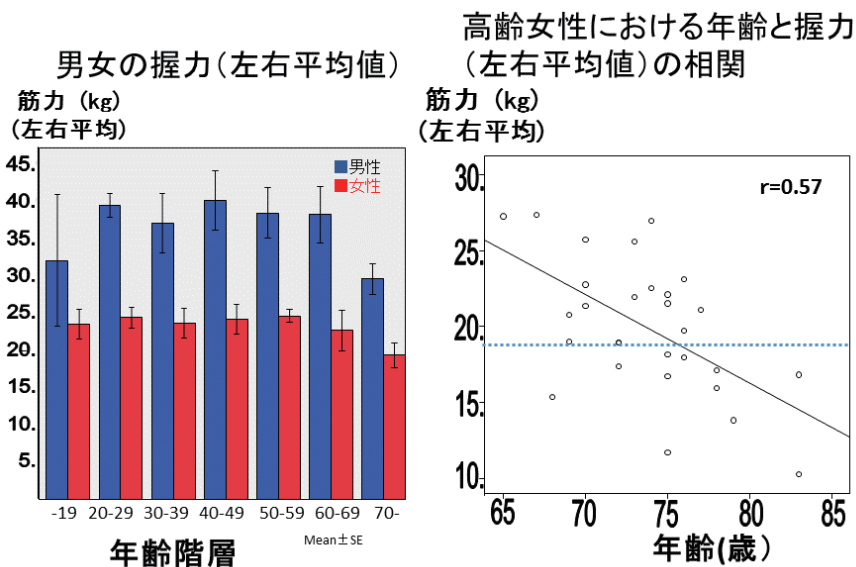
(1) 栄養アセスメントの一例

1) 簡易貧血検査

男性13.0g/dl、女性12.0g/dl 以下を貧血傾向ありとして評価したところ、男性100名中9名（9%）、女性200名中16名（8%）が貧血傾向ありと診断された。

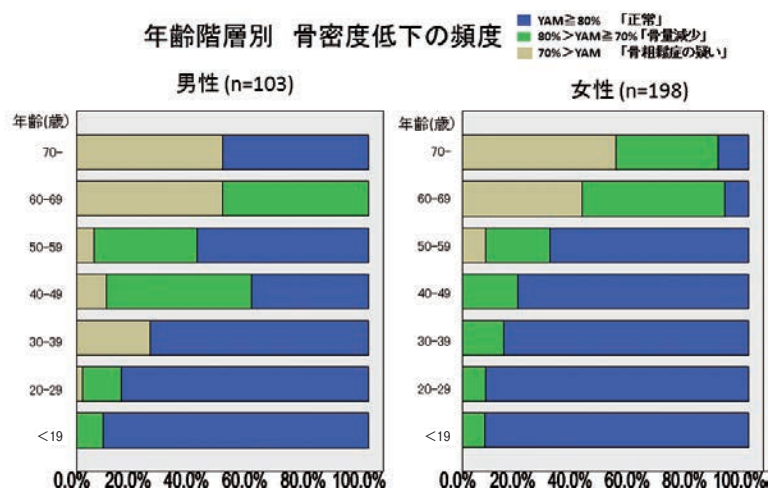
2) 握力測定

男女ともに60～70歳台で握力の低下傾向を認めた。最近、話題となっているサルコペニア（骨格筋量および骨格筋力の低下を特徴とする症候群）では、筋力の低下をアジア人では男性26kg 未満、女性18kg 未満としているが、65歳以上の高齢女性29人中10人（34%）が左右平均の握力が18kg 未満であった。高齢者人口が今後さらに増加することを踏まえ、サルコペニアの早期診断および対策も必要であると考えられた。



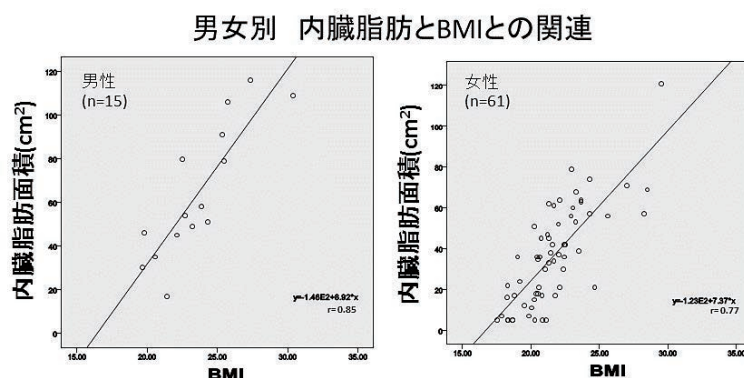
3) 骨密度

男性103名、女性198名が測定した。YAM（年齢成人平均値）の80%以上を正常、70～80%未満を「骨量減少」、YAMの70%未満を「骨粗鬆症の疑い」と評価した場合、男女ともに年齢の上昇とともに正常の割合は低下傾向を示したが、特に女性は60歳台から顕著であり、閉経に伴う女性ホルモンの分泌低下が影響する更年期以降の骨粗鬆症対策が重要であると考えられる。



4) 内臓脂肪測定

心血管病のリスクである内臓脂肪蓄積の評価は、50歳以上の希望者を対象とし内臓脂肪面積の測定を行った。男女ともに BMI の増加とともに内臓脂肪面積も増加傾向を示したが、同じ BMI でも、女性よりも男性の方が内臓脂肪の蓄積が多い傾向を示した。



(2) 栄養指導

172名が栄養アセスメントの結果に基づいた栄養指導を受けた。栄養指導は栄養クリニック職員の管理栄養士5名が担当し、骨を丈夫にする食生活や、内臓脂肪を減らす食事など、食事や生活習慣の具体的な改善方法について、パンフレットなどを用い説明が行われた。

(3) 東日本大震災被災関連グッズの紹介

アセスメントの実施された会場の一部で、「東日本大震災被災者支援プロジェクト」で販売されている商品が展示された。



Ⅱ. 東日本大震災被災者支援プロジェクト

栄養クリニックにて行われている「東日本大震災被災者に対する栄養管理プロジェクト」(p.42参照)の関連行事として、仮設住宅で作られた商品の販売や、被災者の方をお招きして復興支援活動報告及びフリートークが企画された。

(1) 仮設住宅で作られた商品の販売

日 時 11月2日(日) 10:00~17:00

場 所 D校舎前

被災地で復興支援活動を行っている NPO 法人グローバルヒューマンとの協賛で、仮設住宅において被災者の方々が作られた商品(つんぬき、防災グッズ一式、キーホルダーなど)や地元の海産物などの販売を行った。

(2) 復興支援活動報告とフリートーク

日 時 11月2日(日) 10:00~15:00

場 所 B校舎2階(HACCP 食堂)

被災されて仮設住宅にお住まいの菅野様(旧広田水産高校仮設住宅、自治会長)に本学までお越しいただき、震災の体験や状況について画像や写真を用いて講話していただいた。講話は、午前午後の2回実施され、いずれも多くの参加者が真剣な表情で聞き入っていた。また、参加者との間で震災についてのフリートークも行われた。会場となった HACCP 食堂には震災当時の状況がパネル等で紹介された。



[総 括]

今年度も昨年度よりも多くの方に参加していただくことができた。このアセスメントには毎年継続して参加する方も多いことから、次年度以降も継続的なフォローができる仕組みを作ること(例:オリジナル手帳の作成など)も今後の課題である。またこのイベントに参加する管理栄養士を目指す学生に対しては、栄養指導の補助や見学を行うことにより栄養指導の実践を学ぶトレーニングの場としての活用が期待される。今年度初めて行われた東日本大震災被災者支援プロジェクトについても、復興に向けて多くの方が関心を示されたことから、来年度も大学祭において何らかの形で支援することを続けたい。(宮脇尚志)

